



Città di Alcamo



OCR Sicily Race

Alcamo/Bonifato

II° Edizione
28 settembre 2025

PRESENTAZIONE MANIFESTAZIONE

L'A.S.D. "O.C.R. Palermo", con il patrocinio del Comune di Alcamo (TP) e sotto l'egida di ENDAS, organizza domenica 28 settembre 2025 una competizione di O.C.R. (Obstacle Course Race) **dai 15 anni in su**, adatta a tutti i livelli di preparazione.

In particolare, saranno allestiti due percorsi:

- Standard competitiva (PRO): 9+ km e 25+ ostacoli
- NON competitiva (OPEN): 6+ Km e 15+ ostacoli

La manifestazione vuole promuovere la sana attività sportiva all'aria aperta nello splendido paesaggio che offre il bosco di Monte Bonifato.

L'O.C.R. è una disciplina sportiva che trae ispirazione dai percorsi utilizzati per l'addestramento militare. È uno sport che prevede la corsa con il superamento di ostacoli sia naturali che artificiali come muri, filo spinato, trasporto di sacchi, equilibri, multi rig e molto altro.



REGOLAMENTO

ART. 1. Informazioni generali

Per gli atleti della categoria Standard competitiva (PRO) verrà stilata una classifica assoluta e in base alle categorie di età (vedi art.4).

Gli atleti della categoria NON competitiva (OPEN) gareggeranno all'insegna del puro divertimento, senza bracciali, potranno provare TUTTI gli ostacoli infinite volte, aiutarsi fra di loro e avranno una classifica a parte che non prevede premiazione.

Tutti coloro che taglieranno il traguardo, sia PRO sia OPEN riceveranno la medaglia FINISHER.

La "Standard" farà parte della Campionato OCR Sicilia 2025, denominato "OCR TRINACRIA CUP" e permetterà anche di accumulare punti per qualificarsi alla Finale OCRA Series 2025 che si terrà a Città Sant'Angelo il 18 ottobre 2025 in collaborazione con Spartan Race Italia.

N.B. Alcuni ostacoli saranno opportunamente semplificati per gli OPEN. In caso di maltempo l'organizzazione si riserva di riadattare gli ostacoli alle condizioni meteo.

ART. 2. Documenti necessari

Per poter prendere parte alla gara Standard competitiva (PRO) è necessario munirsi di **certificato medico agonistico** e compilare l'apposita **liberatoria** scaricabile dal sito www.ocrpalermo.com.

Gli atleti che gareggeranno in OPEN, invece, possono partecipare anche in possesso di **certificato medico NON agonistico**.

Gli atleti minorenni dovranno presentare apposita liberatoria autorizzata da un genitore o tutore con copia documento.

ART. 3. Braccialetti

I partecipanti alla gara Standard competitiva (PRO) dovranno necessariamente indossare al polso 4 braccialetti numerati che troveranno nel proprio pacco gara.

Gli atleti hanno la possibilità di tentare l'ostacolo un numero illimitato di volte tranne per gli ostacoli DI SOSPENSIONE che invece saranno A DOPPIO TENTATIVO.

Ad ogni ostacolo non superato, il giudice effettuerà il taglio del braccialetto. Non saranno previsti penalty loop per il recupero dei braccialetti tagliati lungo il percorso gara.

La classifica sarà ordinata in base al tempo ma soprattutto in base numero di braccialetti portati al finish. I bracciali hanno priorità sul tempo di gara.

- a)** Atleti con 4 braccialetti
- b)** Atleti con 3 braccialetti
- c)** Atleti con 2 braccialetti
- d)** Atleti con 1 braccialetto
- e)** Atleti con 0 braccialetti

N.B. Anche gli atleti arrivati con 0 braccialetti entreranno comunque in classifica e potranno andare a podio.

ART. 4. Premiazioni

Verranno premiati:

- i primi 3 assoluti Uomini e le prime 3 assolute Donne
- i primi 3 di ogni categoria

CATEGORIE: 15/17 – 18/24 – 25/29 – 30/34 – 35/39 – 40/44 – 45/49 – 50/55 – 55/59 – 60+

Gli atleti premiati assoluti verranno esclusi dalla premiazione per categoria.

ART. 5. Programma orario

Il seguente programma orario potrà subire variazioni in base al numero dei partecipanti. Seguiranno ulteriori informazioni.

- ➔ 08:00 – 08:30 ➔ Ritiro Pacco gara
- ➔ 08:30 – 8:45 ➔ Briefing
- ➔ 9:00 ➔ Partenza batterie PRO come da start list
- ➔ 11:30 ➔ Partenze batterie OPEN come da start list
- ➔ 13:00 ➔ Partenze batterie YOUNG
- ➔ 15:00 ➔ Premiazioni

Art. 6. Iscrizioni

Per info e iscrizioni visitare il sito: www.ocrpalermo.com

Quote gara

- **Fino al 30 agosto** ore 23:59 ➔ **45€** Competitiva - **35€** NON competitiva
- Dal 1° settembre al 18 settembre ore 23:59 ➔ **50€** Competitiva - **40€** NON competitiva

CHIUSURA ISCRIZIONI: 19 SETTEMBRE 2025

IBAN: IT45G0303204600010000917530

Intestatario: A.S.D. OCR PALERMO

Le iscrizioni possono avvenire anche per più atleti contemporaneamente; nella causale scrivere squadra e nomi e cognomi di ogni atleta.

Comprende:

- Servizio di cronometraggio
- N°4 braccialetti
- Pacco gara
- Punti di ristoro lungo il percorso
- Medaglia Finisher
- Gadget